

ATTENTION : Les inscriptions aux conférences et ateliers sont indispensables. Les conditions d'accueil seront soumises aux restrictions sanitaires en vigueur. Merci de votre compréhension.

Seine-Maritime

Lundi 4 avril à 14h00	Isneauville (76) Salle des Fêtes Place Alfred Cramilly Sur inscription auprès du CLIC Seniors du Plateau Nord, au : 02 32 10 27 80 ou par mail à clic.seniors@yahoo.fr	Conférence « Les 1ers gestes qui sauvent » Suivie de 2 séances les lundis 25 avril et 2 mai 2022
Mardi 5 avril à 14h00	Le Grand-Quevilly (76) Mairie Annexe (Salle des Mariages) Place Gabriel Péri Sur inscription auprès du CCAS de Grand-Quevilly, au : 02 35 68 93 61 ou par mail à ccas@grandquevilly.fr	Conférence « Ma mémoire, pourquoi et comment la stimuler ? » Suivie de 3 séances les mardis 26 avril, 3 et 10 mai 2022
Mardi 5 avril à 14h00	Fécamp (76) CCAS de Fécamp (Salle du CCAS) Place du Général Leclerc Sur inscription auprès du Service Animation Seniors, au : 02 35 10 60 64	Conférence « Prévention Routière » Suivie de 2 séances les mardis 26 avril et 3 mai 2022
Judi 7 avril à 10h00	Rouen (76) MJC du Mont Gargan Rue de l'Enseigne Renaud Sur inscription auprès du CLIC des Aînés, au : 02 32 08 60 80 ou par mail à clic@rouen.fr	Conférence « Ma mémoire, pourquoi et comment la stimuler ? » Suivie de 3 séances les jeudis 28 avril, 5 et 12 mai 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'agriculture
76230 BOIS-GUILLAUME

02 31 25 38 31 - aseptnormandie@gmail.com

02 32 98 72 00 - aseptnormandie.bg@gmail.com

Jeudi 7 avril
à 14h00

St Nicolas d'Aliermont (76)
Salle Polyvalente de la Mairie
Place de la Libération
Sur inscription auprès du Centre Social
La Parenthèse, au : 02 35 85 94 74

Conférence
« Seniors, soyez acteur de
votre santé »

Suivie de 6 séances tous les
jeudis, à partir du 28 avril
jusqu'au 9 juin 2022

Jeudi 7 avril
à 14h00

Rouen (76)
MJC (Rive Gauche)
Place de Hanovre
Sur inscription auprès du CLIC des
Aînés, au : 02 32 08 60 80 ou par mail
à clic@rouen.fr

Conférence
« Les 1ers gestes qui
sauvent »

Suivie de 2 séances les jeudis
28 avril et 5 mai 2022

Jeudi 7 avril
à 14h30

Fécamp (76)
Salle du CCAS
Place du Général Leclerc
Sur inscription auprès du Service
Animation Seniors au 02 35 10 60 64

Conférence
« Nutrition »

Suivie de 2 séances les jeudis
28 avril et 5 mai 2022

Mardi 26 avril
à 13h30

Notteville les Rouen (76)
Point de RDV à l'entrée Nord du Parc
des Bruyères (Côté Parking de
l'avenue des Canadiens)
Sur inscription auprès du CCAS, au :
02 35 63 60 69

Ateliers
« Marche nordique »

Puis 5 séances tous les mardis
jusqu'au 31 mai 2022

Jeudi 28 avril
à 14h00

Bonsecours (76)
Parking de la Basilique
Sur inscription auprès du CLIC, au :
02 35 65 02 68

Ateliers
« Marche nordique »

Puis 5 séances tous les jeudis
jusqu'au 9 Juin 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'agriculture
76230 BOIS-GUILLAUME

02 31 25 38 31 - aseptnormandie@gmail.com

02 32 98 72 00 - aseptnormandie.bg@gmail.com

Vendredi 29 avril à 15h30	Rouen (76) Gymnase de la MJC (Rive Gauche) Place de Hanovre Sur inscription auprès du CLIC des Aînés, au : 02 32 08 60 80 ou par mail à clic@rouen.fr	Ateliers « Cirque » Puis 9 séances tous les vendredis jusqu'au 1 ^{er} juillet 2022
Mardi 3 mai à 14h00	Lillebonne (76) Salle des Aulnes Impasse des Aulnes Sur inscription auprès du CLIC Maill'âges, au : 02 32 84 12 54 ou par mail à clic@cauxseine.fr	Pièce de théâtre « Mathilde, Jacques et les autres »
Mardi 3 mai à 14h00	Rouen (76) Parking du Centre Sportif St-Exupéry Sur inscription auprès du CLIC des Aînés, au : 02 32 08 60 80 ou par mail à clic@rouen.fr	Ateliers « Marche nordique » Puis 5 séances tous les mardis jusqu'au 7 juin mai 2022
Mercredi 4 mai à 09h00	Bradiancourt (76) Garderie Place Louis Rousselin Sur inscription auprès du CLIC : 02 35 93 02 13	Ateliers « Ma retraite connectée » Puis 4 séances selon planning jusqu'au 08 juin 2022
Mercredi 4 mai à 13h30	Gaillefontaine (76) Salle polyvalente Route de Neufchatel Sur inscription auprès du CLIC : 02 35 93 02 13	Ateliers « Ma retraite connectée » Puis 4 séances selon planning jusqu'au 08 juin 2022
Judi 5 mai à 14h00	Tancarville (76) Sur inscription auprès de la Mairie, au : 02 35 39 77 51	Ateliers « Marche nordique » Puis 5 séances selon planning jusqu'au 30 juin 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'agriculture
76230 BOIS-GUILLAUME

02 31 25 38 31 - aseptnormandie@gmail.com

02 32 98 72 00 - aseptnormandie.bg@gmail.com

Jeudi 5 mai à 14h00	Saint-Laurent-de-Brèvedent (76) Mairie de St-Laurent-de-Brèvedent Salle du conseil 6 place de la mairie Sur inscription auprès de la Mairie, au : 02 35 20 40 54	Ateliers « Ma retraite connectée » Puis 4 séances selon planning jusqu'au 16 juin 2022
Mardi 17 mai à 14h00	Déville lès Rouen (76) Résidence les Hortensias 82 rue Jules Ferry Sur inscription auprès de la Résidence Autonomie des Hortensias, au : 02 35 76 85 50 ou par mail à hortensias@mairie-deville-les-rouen.fr	Conférence « Habitat » Suivie de 3 séances les mardis 7, 14 et 21 juin 2022
Vendredi 20 mai à 14h00	Héricourt en Caux (76) Résidence des Sources 1 place de la mairie Sur inscription	Conférence « Ma mémoire, pourquoi et comment la stimuler ? » Suivie de 3 séances les vendredis 10, 17 et 24 juin 2022
Jeudi 2 juin à 14h00	Elbeuf Sur Seine (76) Résidence du Sud 13 rue du Sud Sur inscription	Conférence « Habitat » Suivie de 3 séances les mardis 16, 23 et 30 juin 2022
Jeudi 2 juin à ..h..	Sant Romain de Colbosc (76) Maison du Territoire 5 rue Sylvestre Dumesnil Sur inscription	Conférence « Premiers gestes qui sauvent » Suivie de 2 séances les mardis 14 et 21 juin 2022



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'agriculture
76230 BOIS-GUILLAUME

02 31 25 38 31 - aseptnormandie@gmail.com

02 32 98 72 00 - aseptnormandie.bg@gmail.com

Jeudi 2 juin
à 14h00

La Feuillie (76)
Salle des feuilles d'or
Sur inscription

Conférence
« Sommeil, entre veille et
éveil »

Suivie de 2 séances de
sophrologie les jeudis 16 et 23
juin 2022

Jeudi 09 juin
à 14h00

Octeville sur Mer (76)
Recherche de salle en cours
Sur inscription

Conférence
« Rythme, bien-être et santé »

Suivie de 2 séances les jeudis
23 et 30 Juin 2022

Vendredi 10 juin
à 14h00

Le Havre (76)
Maison Dahlia
70 avenue Paul Verlaine
Sur inscription

Ateliers
« Bienvenue à la retraite »
(réservés aux jeunes retraités
de 6 mois jusqu'à 2 ans
d'ancienneté)

Puis 2 séances les vendredis
17 et 24 juin 2022

Retrouvez en pièce-jointe :

- Le programme des ateliers et conférences en ligne de notre partenaire Happy Visio



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Seine-Maritime

Siège : 37 rue de Maltot
14000 CAEN

Antenne : Bâtiment MSA - Cité de l'agriculture
76230 BOIS-GUILLAUME

02 31 25 38 31 - aseptnormandie@gmail.com

02 32 98 72 00 - aseptnormandie.bg@gmail.com